

‘Tijdig ontdekken zwangerschapsdiabetes is belangrijk’

Eén op de tien zwangere vrouwen krijgt te maken met zwangerschapsdiabetes: suikerziekte die ontstaat tijdens de zwangerschap. Volgens verpleegkundig specialist in opleiding Jasmijn Tissingh van het Zaans Medisch Centrum is het belangrijk om zwangerschapsdiabetes tijdig te ontdekken en behandelen: “Onvoldoende behandelde diabetes kan leiden tot een grotere baby. Tijdens de bevalling kan dit zorgen voor complicaties bij zowel moeder als kind.”

Voor de moeder is extra aandacht ook na de bevalling belangrijk. “Zwangerschapsdiabetes ontstaat door hormonale veranderingen en gewichtstoename. Doorgaans verdwijnt de diabetes direct na de zwangerschap. Toch loopt de helft van alle moeders met zwangerschapsdiabetes het risico om binnen vijf jaar alsnog diabetes type 2 te krijgen. Natuurlijk speelt ook mee of diabetes in de familie zit. Ons advies: streef naar een gezond gewicht en laat jaarlijks je glucose controleren bij je huisarts.”

Niet-medisch bevallen

Hoofddrol bij het ontdekken van de diabetes is weggelegd voor de verloskundigen. Met bloedonderzoek screenen zij op zwangerschapsdiabetes. “Vroeger moesten vrouwen standaard in het ziekenhuis bevallen, wanneer er suikerziekte aan het licht kwam. Dan kwam je dus gelijk onder medisch-specialistisch toezicht te staan. Sinds 2017 hebben wij het in de regio anders geregeld.” “Heb je zwangerschapsdiabetes? Dan verwijst de verloskundige je nu door naar de diabetesverpleeg-

kundige en diëtist waarmee zij samenwerkt. Vaak helpt een leefstijladvies: door aanpassing van de voeding en meer beweging zie je vaak al een goed resultaat en hoeft de zwangere niet naar het ziekenhuis te worden verwezen. Dat scheelt niet alleen zorgkosten, vrouwen vinden het vaak belangrijk dat hun bevalling niet het stempel ‘medisch’ krijgt. Zo houden ze de optie open om thuis te bevallen.”

Onder medisch toezicht

Bij 50% van alle gevallen van zwangerschapsdiabetes is er meer zorg nodig dan alleen een leefstijladvies. “Met ons behandelteam werken we samen met de toekomstige moeder aan een stabiele bloedsuikerspiegel – met behulp van insuline. De internist en/of verpleegkundig specialist en diabetesverpleegkundige stippelen de behandeling uit. De laatste houdt vervolgens tot de bevalling contact met de zwangere over de bloedsuikers.”

‘Goede voeding en beweging leidt vaak tot goede bloedsuikers’

Eens per vier weken wordt de situatie van de zwangere besproken in het multidisciplinair overleg. “Het is voor toekomstige moeders misschien niet fijn dat hun bevalling medisch wordt, maar ze krijgen wel de beste zorg. Bij het overleg schuift ook de gynaecoloog aan. Zo worden moeder en kind op allerlei manieren in de gaten gehouden.”



Verpleegkundig specialist in opleiding Jasmijn Tissingh: “Bij de helft van alle vrouwen met zwangerschapsdiabetes volstaat een leefstijladvies. Voor hen hoeft de bevalling dan niet medisch te worden.”

Hoe weet je dat je zwangerschapsdiabetes hebt?

Verpleegkundig specialist in opleiding Jasmijn Tissingh legt uit: “Bij zwangerschapsdiabetes merk je vaak niet dat je bloedsuiker verhoogd is. Sommige vrouwen hebben last van veel plassen, dorst, vermoeidheid of jeuk. Soms is op een echo een te grote baby of veel vruchtwater te zien. De verloskundige kijkt of het nodig is om een screening te doen op zwangerschapsdiabetes. Dat kan onder meer het geval zijn als je eerder zwangerschapsdiabetes hebt gehad, eerder een grote baby hebt gekregen, als je overgewicht hebt of als diabetes type 2 in je familie voorkomt.” Zwangerschaps-suiker treedt meestal op tijdens de tweede helft van de zwangerschap. ■

Kijk voor praktische informatie en bereikbaarheid op www.zaansmedischcentrum.nl



Bezoekadres
Zaans Medisch Centrum
Koningin Julianaplein 58
1502 DV Zaandam